A síndrome de Down na vellez

Tempo estimado de lectura: 4 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**

O aumento da esperanza de vida pon de manifesto a necesidade de reforzar as estratexias de promoción da saúde e de prevención co fin de vivir máis e tamén mellor. Nas últimas décadas, a esperanza de vida das persoas coa síndrome de Down tamén rexistrou un aumento relevante grazas, en parte, ao estudo e ao coñecemento exhaustivo da realidade e necesidades do colectivo, o que permitiu mellorar os coidados e a atención sociosanitaria a través da posta en marcha de programas de inmunización, da abordaxe das infeccións ou da mellora da nutrición, o que derivou nunha mellora exponencial da súa calidade de vida.

O envellecemento é un proceso natural e gradual que acontece ao longo da vida, no cal prodúcense diversos cambios fisiolóxicos e vitais. Estes cambios no son lineais nin simultáneos en todas as persoas e a alteración funcional pódese manifestar de diversas formas en base á situación basal e á capacidade de adaptación individual. O envellecemento ten unha base xenética e un compoñente relacionado co ambiente no que podemos incidir. Un dos principais obxectivos da adopción de hábitos saudables é precisamente preservar a autonomía e a capacidade funcional, evitando as doenzas asociadas á idade. O aumento da esperanza de vida pon de manifesto a necesidade de reforzar as estratexias de promoción da saúde e de prevención da enfermidade co fin de vivir máis pero tamén mellor, garantindo calidade de vida en todas as etapas.

As persoas coa síndrome de Down presentan unha trisomía no cromosoma 21, e experimentan un proceso de envellecemento prematuro, polo que a partir dos 40 anos é preciso levar a cabo recoñecementos médicos máis exhaustivos. Unha das doenzas que se manifestan máis frecuentemente neste colectivo é a enfermidade de Alzheimer. Isto débese a que o par 21, está relacionado cos procesos de envellecemento e tamén coa produción da proteína beta-amiloide,

que ao acumularse no cerebro dá lugar ás placas senís asociadas á enfermidade. Por tanto, parece que ter máis material xenético no par 21 inflúe para que as persoas coa síndrome de Down envellezan antes de tempo. Por outra parte, cómpre destacar algúns trastornos que se presentan con máis frecuencia nas persoas coa síndrome de Down como as anomalías na visión, os trastornos auditivos neurosensoriais, a disfunción tiroidea ou o sobrepeso e a obesidade, o que comporta un aumento de risco cardiovascular e afeccións osteoarticulares e metabólicas.

Nas últimas décadas, a esperanza de vida das persoas con síndrome de Down tamén rexistrou un aumento relevante grazas aos avances científicos, ás melloras nos coidados e á atención sociosanitaria, destacando unha menor institucionalización e a posta en marcha de servizos de atención especializada comunitaria, entre outros motivos. Así, estímase que nas próximas xeracións a esperanza de vida media alcance os 60 anos. É por iso que resulta oportuno destacar as estratexias que se elaboran dende as administracións para promover a saúde en todas as etapas vitais, así como as alianzas coas distintas organizacións e entidades que melloran a calidade de vida das persoas maiores coa síndrome de Down e outras discapacidades intelectuais.

Nesta liña, cómpre resaltar a gran labor que leva a cabo a Federación Down Galicia. Trátase dunha entidade sen ánimo de lucro creada no ano 1998 que agrupa sete entidades específicas para a síndrome de Down. A súa creación vén dada pola necesidade de establecer as medidas precisas para garantir a igualdade de oportunidades das persoas coa síndrome de Down e outras discapacidades intelectuais, a través da provisión de servizos e actividades das que están desprovistas na súa contorna. O obxectivo prioritario de Down Galicia é conseguir que as persoas coa síndrome de Down e calquera outra discapacidade poidan levar unha vida autónoma, tomar as súas propias decisións e formar parte da sociedade dunha maneira visible e inclusiva. A través de apoios personalizados ao longo da súa vida e da súa participación nos recursos existentes para toda a poboación, a Federación Down Galicia desenvolve o seu labor en sintonía cos valores de reinvindación dos dereitos e liberdades, da unión das familias unidas pola mellora da calidade de vida, do uso dos recursos da comunidade en igualdade de condicións e da xestión responsable, asegurando a transparencia e perseguindo a satisfacción de todas as persoas.

A Federación Down Galicia conta con diversos programas como o de vida adulta e independente ou o de envellecemento activo, entre outros. Nesta liña, creouse tamén unha comisión de envellecemento co fin de aumentar e trasladar o coñecemento neste campo a través de convenios, estudos de necesidades e demandas, materiais divulgativos e protocolos de actuación.

Os principios de carácter universal dirixidos a orientar a vida e labor da Federación Down Galicia

son:

- **Diversidade:** as diferenzas de cada persoa deben ser aceptadas e valoradas, dándolles a mesma importancia que ás do resto da sociedade.

- **Dignidade:** as persoas coa síndrome de Down ou calquera outra discapacidade intelectual teñen os mesmos dereitos e deberes que as demais persoas.

- **Poder de decisión e independencia:** todas as persoas adultas teñen dereito a tomar de forma autónoma as súas propias decisións e a vivir de xeito independente, en igualdade de condicións que as demais e coa mínima interferencia na súa vida privada.

- **Inclusión e participación:** detectar as necesidades reais e facer accesibles os espazos, as comunicacións ou os servizos. Trátase dun dereito de todos e todas e é a clave para contribuír á construción dunha sociedade máis diversa, xusta e inclusiva.

- **Igualdade de oportunidades:** apoio necesario a cada persoa para promover o desenvolvemento en todas as etapas da vida.

- **Accesibilidade:** participación activa das persoas na súa contorna, tanto na comunidade como na vida asociativa das entidades e da federación, onde deben ter voz nas decisións políticas e nos servizos, fundamentalmente naqueles que lles afecten de xeito directo.